

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

LAIZA APARECIDA DUARTE

**AUTOMUTILAÇÃO ADOLESCENTE: UM PROJETO  
DE INTERVENÇÃO**

CURITIBA  
2019

LAIZA APARECIDA DUARTE

## **AUTOMUTILAÇÃO ADOLESCENTE: UM PROJETO DE INTERVENÇÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Saúde para professores do Ensino Fundamental e Médio, Departamento de Enfermagem, Setor de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista.

Orientadora: Profª MSc Magda Ribas Pinto

CURITIBA  
2019

Dedico este trabalho de conclusão de curso a todo aquele que sofre em silêncio. Que sua dor nunca seja maior que a sua vontade e determinação em enfrentar as dificuldades e vencer. A vida é linda! Não desista dela.

## **AGRADECIMENTOS**

À Deus pelo dom da vida.

A meus pais, Edina e Adir, por me permitirem vir a este mundo e me proporcionar os melhores meios de chegar até aqui.

A meu esposo Serginho, pelo apoio e incentivo de sempre.

A meu filho Nicolas, por ser a principal razão de tudo.

Às professoras Marineli, Rosária e Magda, por compartilharem seu conhecimento para que este trabalho fosse concluído.

Por fim, e não menos importante, a cada aluno que já passou por mim e ainda passará. As dores, angústias e medos de vocês me fez buscar me tornar melhor preparada para não só lhes passar conhecimento, mas também ser alguém em que possam confiar, alguém que possa ouvir sua dor e, de alguma forma, confortar e incentivar a trilhar o caminho.

“O mar escuro trará o medo lado a lado  
com os corais mais coloridos”

O Rappa

## RESUMO

O **objetivo** deste estudo é alertar os adolescentes sobre automutilação. Trata-se de um projeto de intervenção aplicado em duas turmas de 9º ano do Colégio Estadual Tarsila do Amaral, em São José dos Pinhais, totalizando 70 alunos, no segundo semestre de 2018. A **metodologia** da intervenção se dividiu em seis momentos: 1º Momento: FALANDO SOBRE O TEMA: "O QUE TE DEIXA TRISTE?", 2º Momento: INICIANDO AS DISCUSSÕES, 3º Momento: ELABORAÇÃO DOS DESENHOS, 4º Momento: PREPARATIVOS PARA EXPOSIÇÃO, 5º Momento: ESCOLHA DO MELHOR TRABALHO e 6º Momento: EXPOSIÇÃO DO TRABALHO VENCEDOR. Os **resultados** obtidos foram muitas histórias e sentimentos compartilhados, que resultaram em excelentes trabalhos expostos, onde um foi eleito o vencedor e mais de um ilustraram a campanha. O envolvimento de toda a equipe de professores, pedagogas e direção tornaram a finalização do projeto muito mais satisfatória. **Conclusão:** o projeto alcançou o seu objetivo de alertar os estudantes sobre a automutilação, trazendo o assunto à tona através das discussões realizadas, da exposição dos trabalhos e envolvimento de toda a escola no projeto, podendo ser pensado para implantação em outras turmas, bem como ser transformado em uma intervenção de saúde pública mais adiante.

Palavras-chave: automutilação, adolescente, adolescência, saúde mental.

## ABSTRACT

The **purpose** of this study is to alert adolescents about self-mutilation. It is an intervention project applied in two 9th grade classes of the Tarsila do Amaral State College, in São José dos Pinhais, totaling 70 students in the second half of 2018. The **methodology** of the intervention was divided into six moments: 1<sup>st</sup> Moment: TALKING ABOUT THE THEME: "WHAT MAKES YOU SAD?", 2<sup>nd</sup> Moment: STARTING DISCUSSIONS, 3<sup>rd</sup> Moment: PREPARING FOR THE EXHIBITION, 4<sup>th</sup> Moment: PREPARATIONS FOR EXHIBITION, 5<sup>th</sup> Moment: CHOICE OF THE BEST WORK and 6<sup>th</sup> Moment: EXPOSITION OF THE WORK WINNER. The **results** obtained were many stories and shared feelings, which resulted in excellent works exposed, where one was elected the winner and more than one illustrated the campaign. The involvement of the entire team of teachers, pedagogues and management made the completion of the project much more satisfactory. **Conclusion:** The project achieved its objective of alerting students about self-mutilation, bringing the subject to the fore through discussions, exposing the work and involvement of the whole school in the project, and could be thought for implementation in other classes, as well as be transformed into a public health intervention later.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b>	9
1.1 DELIMITAÇÃO DO PROBLEMA	10
1.2 JUSTIFICATIVA	11
1.3 OBJETIVOS	11
1.3.1 Objetivo geral	11
1.3.2 Objetivos específicos	11
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA</b>	13
2.1 ADOLESCÊNCIA: UMA FASE DE TRANSIÇÃO	13
2.2 O QUE É A AUTOMUTILAÇÃO?	15
2.3 O CYBERBULLYING E O SOFRIMENTO QUE NUNCA ACABA	16
2.4 JOGOS SUICIDAS: <i>BLUE WHALE</i> , AUTOMUTILAÇÃO E SUICÍDIO	17
2.5 INFLUENCIADORES DIGITAIS: ALIADOS OU VILÕES?	18
<b>3 METODOLOGIA</b>	20
3.1 CENÁRIO DO ESTUDO	20
3.2 TRAJETÓRIA METODOLÓGICA	20
<b>4 RESULTADOS/ANÁLISE DOS DADOS</b>	23
4.1 1º Momento: <i>FALANDO SOBRE O TEMA: "O QUE TE DEIXA TRISTE?"</i>	23
4.2 2º Momento: <i>INICIANDO AS DISCUSSÕES</i>	23
4.3 3º Momento: <i>ELABORAÇÃO DOS DESENHOS</i>	24
4.4 4º Momento: <i>PREPARATIVOS PARA EXPOSIÇÃO</i>	24
4.5 5º Momento: <i>ESCOLHA DO MELHOR TRABALHO</i>	26
4.6 6º Momento: <i>EXPOSIÇÃO DO TRABALHO VENCEDOR</i>	27
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	33
<b>REFERÊNCIAS</b>	34



## 1 INTRODUÇÃO

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), mais de 1,2 milhão de adolescentes morrem todos os anos por causas evitáveis no mundo. Entre as causas destas mortes estão os acidentes de trânsito, infecções das vias respiratórias inferiores, complicações na gravidez decorrentes de abortos inseguros e o suicídio. Estas mortes são evitáveis com ações preventivas em saúde, educação e apoio social (OMS, 2017).

A adolescência é uma fase crucial da vida: é a transição entre a infância e o mundo adulto, tempo e lugar de consolidar seu caráter e personalidade, de conhecer, experimentar e definir um rumo para sua vida. Para Levy, a adolescência é considerada um período de transição e inúmeras modificações ocorrem: físicas, emocionais e que o meio influencia suas atitudes e devido a sua falta de vivência em algumas situações cotidianas podem prejudicar a sua vida social (LEVY, 1997).

Como período de transição, vale lembrar que essa fase é singular, diferenciada para cada adolescente: alguns vão vivenciar boas experiências, sem demonstrar ansiedade ou depressão, outros jovens alternam entre conflitos e insatisfações, enquanto haverá outros casos em que a fase da adolescência será repleta de turbulências e situações conflituosas, sobretudo no ambiente familiar (LEVY, 1997).

A adolescência é um ciclo natural da vida: é o corpo e a mente em transição para a idade adulta. Porém, esse sujeito em formação apresenta uma certa imaturidade social, que resultam em tensões psicológicas, resultantes de conflitos familiares que acabam surgindo da divergência e pensamento entre familiares, principalmente pela busca de sua identidade, causando rebeldia e personalidades introvertidas (LEVY, 1997).

E nesse caminho que o adolescente percorre, repleto de novas experiências, conflitos e anseios, que aqueles não expressam seus sentimentos e sofrem com a automutilação, tornando-se uma espécie de linguagem onde o corpo acaba se tornando alvo das dores não expressadas (TENÓRIO, *et al.*, 2017).

A automutilação caracteriza-se por um comportamento autolesivo, que consiste em danificar partes não visíveis do corpo com objetos cortantes, a fim de aliviar no corpo a dor causada por sofrimentos emocionais (TENÓRIO, 2017). Além do termo automutilação, Rezende apresenta outras duas definições para esse comportamento:

a autolesão e o para-suicídio, porém, há diferenças entre estes três termos: a autolesão se apresenta como ferimentos intencionais de forma superficial, que não causam grandes lesões desfigurantes, a automutilação como um ferimento mais grave, que causa desfiguração das partes do corpo e o para-suicídio como uma simulação de um comportamento suicida não-intencional, com intuito de chamar a atenção (REZENDE, 2017).

Para Fernandes, o corpo, na sociedade atual, se torna um meio de descarregar as frustrações decorrentes do meio cultural ao qual pertence (FERNANDES, 2011). Nos últimos anos tem ocorrido uma epidemia de casos de automutilação em jovens entre 12 a 20 anos, sem o conhecimento dos pais na maioria dos casos (TENÓRIO, 2017).

Várias são as causas da automutilação ocasionada por modismo, caracterizado pela repetição de uma atitude de um membro do grupo e a sua repetição para demonstrar/adquirir pertencimento àquela tribo. Neste caso, o adolescente interrompe a prática ao perceber a dor que ela causa. Mas se a atitude é persistente, pode-se desconfiar de significativos sofrimentos emocionais, que são de origem de conflitos familiares, depressão ou situações de *bullying* presenciadas no âmbito escolar (MARQUES, 2014).

## 1.1 DELIMITAÇÃO DO PROBLEMA

Vivemos na era da informatização e da internet, onde as fronteiras do *bullying* se expandem, deixando de ser apenas um comportamento dentro dos muros da escola para dominar o espaço virtual. O *cyberbullying* se caracteriza pelas mesmas atitudes de violência demonstradas no *bullying*, principalmente a violência simbólica, dentro das redes sociais às quais o adolescente faz parte. Essa prática é ainda pior, pois o aluno não se vê mais livre das provocações no momento em que bate o sinal da saída da escola: essa provocação se estende nas redes sociais às quais a vítima faz parte, com frases intimidadoras e vexatórias, fotos comprometedoras e vídeos constrangedores, o que faz com que esse sofrimento não cesse nunca (NOVAESCOLA, 2010).

Frente a estas questões, como é possível trabalhar a prevenção da automutilação no ambiente escolar?

## 1.2 JUSTIFICATIVA

Com a evolução tecnológica, as relações humanas têm evoluído para outros patamares, inclusive o digital. Em tempos de *cyberbullying* e influenciadores digitais, as fronteiras que o mundo real impõe acabam caindo: o contato com as agressões não se limita mais à presença física de agressor e vítima no mesmo ambiente, indo muito além dos muros da escola e se estendendo dentro do mundo virtual, onde as proporções se agigantam (NOVAESCOLA, 2010).

Ações desesperadas podem ser evitadas se trabalharmos em conjunto com a família, para evitar a automutilação e o envolvimento em jogo suicidas, como o *blue whale* (baleia azul), através da empatia e do carinho. Não é recomendável censurar esse assunto. É necessária união entre todas as instâncias: pedagogos, professores, pais, estudantes e comunidade para encarar e resolver este problema (NOVAESCOLA, 2010).

A relevância deste estudo se dá principalmente no fato de compreender esse comportamento como uma forma de aliviar sentimentos que não conseguem ser extravasados e não como uma mera forma de chamar atenção dos pais, que também acabam sofrendo por se sentirem impotentes frente a esse problema tão novo em nossa sociedade (RENNÓ, 2014). É um assunto ainda não muito discutido, escasso de estudos no Brasil e já tratado como um relevante problema em países como Estados Unidos, Canadá, Alemanha e Austrália. É necessário que a saúde brasileira se dê conta da importância em se estudar e tratar este problema (MARTIN, 2018).

## 1.3 OBJETIVOS

### 1.3.1 Objetivo geral

- Alertar estudantes/adolescentes sobre a prevenção da automutilação.

### 1.3.2 Objetivos específicos

- Demonstrar o perigo que essas atitudes causam;

- Promover um concurso de cartazes e folders sobre o tema;
- Instrumentalizar os alunos na prevenção da automutilação, os tornando multiplicadores deste projeto fora do ambiente escolar.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 ADOLESCÊNCIA: UMA FASE DE TRANSIÇÃO

A adolescência tem experimentado um certo desprezo no campo literário científico. Segundo Peres e Rosenberg, a adolescência se encontra no “limbo” do campo das pesquisas:

[...] não no sentido voluntário, premeditado, mas porque, acreditamos, salvo engano, poucos pararam para refletir a respeito. E, ao não fazê-lo, não explicitá-lo, em muitos momentos, tende-se a reduzir a compreensão da adolescência ao que se observa em determinados adolescentes, generalizando o observado em seres particulares, singulares, ao universo dos adolescentes e, destes à concepção de adolescência. Tais generalizações, de um lado, levam muitos a "naturalizarem" o processo da Adolescência e, desta feita, dificultando identificar diferenças e desigualdades em adolescentes concretos e, por outro lado, a realidade, não correspondendo a tais generalizações, pelo fato de não constituir um único bloco homogêneo, ao contrário, ser constitutivamente heterogênea, eivada de contradições, desigualdades e diferenças, leva outros até à possibilidade extrema de questionarem a própria existência do processo, pelo menos em alguns grupos sociais ou em culturas específicas, no sentido instituído (PERES, ROSENBERG; 1998, p. 55).

Por ser uma fase de mudança física e psicológica, os conflitos internos e externos são inevitáveis. Porém, a dificuldade de se conduzir a adolescência não pode ser considerada uma regra, visto que cada adolescente é um ser único, com suas próprias vivências, expectativas e concepções de mundo (MARTINS, 2018). A participação da família é muito importante nesta fase, pois o carinho, compreensão e direcionamento levarão ao desenvolvimento de um adulto melhor resolvido. Em contrapartida, jovens de condições sociais mais baixas tendem a passar por conflitos maiores, pois nesta fase de transição acabam encarando problemas de adultos antes de estarem maduros para tal (MARTINS, 2018).

Segundo Martins, as mudanças ocorrem em vários âmbitos:

1. Na mente: a proteção dos pais acaba diminuindo, aumenta a exigência pela busca de autonomia e a construção de sua identidade (inclusive a sexual), causando novas emoções.
2. No corpo: ocorrem transformações biológicas importantes como estirão do crescimento, maturação dos órgãos sexuais com a puberdade que acarretam

em mudanças físicas significativas, como a mudança na voz, crescimento de pelos, aumento de seios nas meninas e do escroto e pênis nos meninos.

3. Relação com os pais: a visão que eles têm dos pais se transforma, onde surgem responsabilidades que serão atribuídas e posteriormente cobradas por eles, transformando essa relação de proximidade em um distanciamento, visto que é comum ao adolescente enfrentar a autoridade. A relação deixa de ser aquela de protetor e protegido, pois não se trata mais de uma criança.
4. Relação com o mundo: é uma fase de escolhas e importantes decisões, como a escolha da faculdade e da carreira profissional, o que acaba gerando muitas indecisões e anseios pela vida adulta que está por vir (MARTINS, 2018).

E por ser uma fase de importantes mudanças, físicas e psicológicas, são necessárias ações de cuidado para com esses jovens. Pensando nisto, o governo mantém a Agenda Proteger e Cuidar de Adolescentes, que reúne diretrizes do Ministério da Saúde a fim de promover ações voltadas à saúde e direitos dos adolescentes, por entender que é nesta fase que se pode desenvolver uma maior preocupação com o cuidado da própria saúde (BRASIL, 2018).

A sociedade tende a passar por mudanças de valores no decorrer das gerações. Essas mudanças nos usos e costumes dos nossos jovens pode levá-los a diferentes trajetórias, influenciadas pelo contexto em que vivem e que de certa forma os colocam em posição vulnerável (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2016). Nesta fase crucial da vida, é de fundamental importância a presença familiar:

[...] é fundamental que eles e elas encontrem nas suas famílias - nuclear e em outras configurações familiares que se organizam hoje na nossa sociedade - a confiança para falar de suas inseguranças e de suas dúvidas, pedir orientação, um esclarecimento, pedir para ser ouvido, e, se necessário, terem o apoio que estejam precisando para realizar a grande trajetória de construir seu projeto de futuro e uma vida saudável (BRASIL, 2016).

Nesta fase, é muito comum surgirem questões difíceis de serem resolvidas e crises existenciais. É comum o adolescente se sentir deslocado dos grupos sociais que participa, seja na família, na escola e na vida (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2016). E a automutilação pode aparecer como válvula de escape para aliviar esses sofrimentos.

## 2.2 O QUE É A AUTOMUTILAÇÃO?

A automutilação se caracteriza por um ato intencional de agressão ao próprio corpo sem intenção de causar suicídio, a fim de aliviar relevantes sofrimentos e tensões internas através da dor física. É um comportamento que incide na adolescência e por se tratar de uma fase de transição onde ocorrem mudanças físicas, psicológicas e emocionais, acaba tornando-se propícia para esse tipo de comportamento (CAMPOS, 2017). Mesmo não tendo a intenção de se suicidar, a pessoa que pratica automutilação não pode ser ignorada, pois a chance de cometer suicídio é maior do que em pessoas que não praticam a automutilação (CLAYTON, 2017).

É um comportamento que tende a aparecer no início da adolescência, sendo ainda mais comum em pessoas com transtornos psicológicos, como o transtorno de personalidade limítrofe, distúrbios alimentares e abuso de substâncias (CLAYTON, 2017). Os jovens que apresentam esse tipo de comportamento geralmente possuem baixa autoestima, sentem-se sozinhos no mundo e possuem grandes dificuldades em externar os sentimentos, que vão se acumulando até chegar em um nível insuportável. A automutilação surge como a solução para o alívio emocional, pois o cérebro libera endorfinas para aliviar a dor física, substâncias essas que podem causar dependência (CAMPOS, 2017).

Muitos adolescentes recorrem à automutilação por parecer a única forma de controlar o sofrimento.

Por vezes os adolescentes sentem que a violência contra si próprio é o último meio que têm de controlo face a uma situação ou problema. Como por exemplo preocupações, medos, tristezas e conflitos com elementos do seu grupo de pares. Basicamente é uma troca da dor emocional, que não conseguem controlar, para uma dor física que conseguem ter controle (CAMPOS, 2017, p.1).

As causas desse comportamento podem ser decorrentes de uma dor emocional, de modismo ou então resposta a algum distúrbio psicológico, segundo o que afirma a Dra. Marisa Lobo, psicóloga clínica pós-graduada em Saúde Mental e Filosofia em Direitos Humanos. Em entrevista, ela explica:

Temos sempre que analisar o contexto. De qualquer forma não pode ser considerado normal alguém se machucar propositamente nem pode ser visto como algo passageiro ou como modismo, pois não é. O mutilado não

consegue aliviar a tensão, o estresse emocional e se corta para que a dor física alivie a emocional. E apesar dessa pessoa estar consciente de suas lesões e cicatrizes, busca escondê-las dos outros (MARTIN, 2018, p.1).

A automutilação é feita de diferentes formas, em partes do corpo fáceis de se esconder. O principal sinal de alerta é o uso de mangas compridas, mesmo em dias de clima quente, a fim de esconder suas feridas, pois quem se automutila costuma sentir vergonha e culpa após o ato (CAMPOS, 2017). As formas de se auto agredir vão do simples corte de lâmina nos antebraços até o auto estrangulamento por alguns instantes.

É preciso ficar de olho em mudanças comportamentais. Muitos jovens têm dificuldade em falar de si mesmo e de seus sentimentos e acabam com medo da rejeição por praticar a automutilação (CAMPOS, 2017) e muito não procuram ajuda por ignorar que isso seja um problema que precisa de terapia (CLAYTON, 2017?).

Na tentativa de frear o aumento de número de casos de automutilação, a Comissão Parlamentar de Inquéritos (CPI) dos Maus Tratos em Crianças e Adolescentes lançou materiais para trabalhar com a prevenção do *bullying*, *cyberbullying*, automutilação e o suicídio, para que todos os envolvidos na vida destes jovens (pais, professores e profissionais da saúde e envolvidos na proteção dos adolescentes) saibam como agir, reconhecer e tratar este problema. O senador relator da CPI, José Medeiros (PODE-MT), afirma que os maus-tratos causados às crianças têm consequências desconhecidas pela população brasileira e segundo o psicólogo Carlos Henrique de Aragão, jovens que praticam a automutilação tendem a seguir o caminho do suicídio (AGÊNCIA SENADO, 2017). É preciso atuar firmemente na prevenção para que esta atitude não chegue às piores consequências.

## 2.3 O CYBERBULLYING E O SOFRIMENTO QUE NUNCA ACABA

Ao conviver com adolescentes, percebe-se o quanto eles podem ser cruéis.

Debocham uns dos outros, criam os apelidos mais estranhos, reparam nas mínimas "imperfeições" - e não perdoam nada. Na escola, isso é bastante comum. Implicância, discriminação e agressões verbais e físicas são muito mais frequentes do que o desejado. Esse comportamento não é novo, mas a maneira como pesquisadores, médicos e professores o encaram vem mudando (SANTOMAURO, 2010, p.1).



Essas atitudes passaram a ser tratadas como uma forma de violência, seja ela física, simbólica ou emocional, por se caracterizar como uma atitude repetitiva e intencional, sem motivações específicas. Porém, com o avanço da tecnologia, essa violência que acabava no momento em que o jovem ultrapassa os portões da escola, acaba sendo lançada nas redes, através e-mails intimidadores, fotos e vídeos constrangedores em redes sociais e grupos de mensagens, entre outras formas (SANTOMAURO, 2010).

O *cyberbullying* acaba se tornando ainda pior que o *bullying*, segundo Santomauro, pelas seguintes razões:

- Na internet, as provocações atormentam a vítima o tempo todo. Antes, era só esperar soar o sinal da saída da escola para sentir alívio e segurança. Com a internet, esse sofrimento permanece o tempo todo.
- Os jovens de hoje tendem a se expor mais do que deveriam, através de aplicativos de troca de mensagens.
- É difícil identificar os agressores, pois na internet eles conseguem se proteger atrás de perfis falsos (SANTOMAURO, 2010).

O alcance do *cyberbullying* é muito maior. Uma vez na rede, a agressão pode ser acessada por milhares de pessoas e muitas podem nem conhecer a vítima. Para Bouer e Costa, jovens que sofrem *cyberbullying* estão propensos a cometer automutilações. E além de sofrer agressões virtuais, os jovens encontram na própria internet grupos e páginas que divulgam diferentes meios de praticar a automutilação (COSTA, 2016; BOUER, 2017).

E com os perigos e “modas” da internet que os pais têm que estar atentos, como foi o caso recente de um jogo suicida que surgiu na internet e causou vítimas pelo mundo: o jogo *Blue Whale* (Baleia Azul).

## 2.4 JOGOS SUICIDAS: *BLUE WHALE*, AUTOMUTILAÇÃO E SUICÍDIO

No ano de 2017, surgiu uma nova febre na internet: o jogo *Blue Whale* (Baleia Azul). O jogo consistia em cumprir cinquenta desafios ou tarefas, entre elas a automutilação, sendo o desafio final causar a própria morte. O jogo tem um “curador”, que envia os desafios que devem ser cumpridos diariamente pelo participante, sob pena de ameaças de perseguição e morte caso abandone o jogo ou denuncie para

alguém (O GLOBO, 2017). Mais de cem suicídios cometidos por jovens registrados na época, em vários países, foram investigados e relacionados ao jogo, que teve suas primeiras vítimas na Rússia.

O que faz um jovem participar desse tipo de jogo e qual seria o perfil das pessoas que aceitam esses tipos de desafio? Para Moreira, as características do período da adolescência (irritabilidade, isolamento, rebeldia e melancolia), aliadas à fragilidade emocional de muitos jovens já tomados pela depressão faz com que jovens já enfraquecidos participem e passem a praticar cada tarefa de tal forma que o suicídio seja natural ao fim das cinquenta tarefas (MOREIRA, 2017).

Café explica que, além das mudanças físicas, psíquicas e emocionais, cobranças e exigências que surgem com o aumento da responsabilidade e início das escolhas cruciais da vida, a carência afetiva familiar vem causando sérios danos à adolescência atual e que devemos tomar uma postura frente a esses acontecimentos:

[...] as crianças e os jovens muitas vezes são órfãos de pais e acabam sendo educados pela escola, pelas babás ou pelo mundo digital. Os laços de afeto e de confiança vão sendo estabelecidos por agentes externos e, assim, jogos como o da Baleia Azul ou processos de bullying vão tomando um vulto muito maior do que tomariam, caso esses jovens se sentissem amparados, monitorados e ouvidos por essas figuras de amor, suporte e proteção que deveriam ser os pais. [...] Acredito que estejamos sendo convidados pela própria tragédia social a rever nossa conduta como pais, professores e diretores de instituições de ensino (CAFÉ, 2017, p. 1).

São necessárias estratégias diferenciadas para tratar desse assunto com crianças e adolescentes, pois eles não são capazes de verbalizar facilmente: “Ninguém deseja morrer. O suicídio é muito mais um pedido de ajuda do que o desejo real de morte” (CAFÉ, 2017).

## 2.5 INFLUENCIADORES DIGITAIS: ALIADOS OU VILÕES?

Os jovens de hoje não são mais tão ligados ao entretenimento televisivo: seu mundo é o virtual, o digital, o mundo da internet. E dentro dessa rede, o *YouTube* (plataforma de veiculação de vídeos) tem tomado proporções imensas na web, e os chamados *youtubers* (pessoas que veiculam os vídeos em seus canais) conquistam cada vez mais seu espaço, desde os pequenos até aos mais maduros. São chamados

de influenciadores digitais, por apresentarem conteúdos relevantes para certo público que acompanha fielmente (MARUPIARA, 2017).

E esta influência demanda responsabilidade por parte destes influenciadores, pois suas ideias são acatadas e propagadas pelos jovens que os assistem. Desta forma, o conteúdo que produzem e divulgam deve ser adequado, para não propagar comportamentos inadequados e, muitas vezes, danosos para a juventude.

No momento em que o jogo *Blue Whale* e a série *13 reasons why* (Os 13 porquês: relata a história de Hanna Baker, adolescente que se suicidou e deixou treze fitas, explicando os motivos que levaram ao seu suicídio) emergem para colocar o assunto depressão e suicídio adolescente em discussão, os *youtubers* Felipe Neto, Rezende Evil, Fernanda Azau e o canal Pipocando falam abertamente sobre o assunto, transformando a imagem estereotipada de adolescente com depressão e mostrando que as novas descobertas e mudanças que ocorrem nessa fase da vida devem ser encaradas de maneira séria, sem desprezar as particularidades de cada jovem e de como ele é capaz de reagir às mudanças que ocorrem consigo e com o meio (STRANO, 2017).

É necessário que essa influência seja utilizada para propagar boas ideias e atitudes, bem como incentivar a busca por ajuda, como fizeram as *youtubers* Karyna Rangel e Renata Castilho ao compartilhar suas experiências de vida em seus relatos sobre pensamentos suicidas durante a adolescência, alertando sobre a importância do assunto, que não deve ser banalizado (STRANO, 2017).

É muito importante que tenhamos aliados na internet para ajudar a combater comportamentos autolesivos. Se por um lado existem as páginas que ensinam estratégias de como se automutilar (COSTA, 2016), com muito mais força e voz temos os influenciadores digitais para ir na contramão desse movimento, contribuindo para alertar e quem sabe erradicar este grave problema de saúde pública que atinge a nossa juventude, que é o nosso futuro.

### 3 METODOLOGIA

#### 3.1 CENÁRIO DO ESTUDO

O projeto foi aplicado com duas turmas de 9º ano do Colégio Estadual Tarsila do Amaral, no bairro Roseira, em São José dos Pinhais. É uma das últimas escolas estaduais inauguradas no município de São José dos Pinhais, possuindo grande destaque no IDEB (ÍNDICE DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO BÁSICA) em 2018, ficando na terceira colocação no município, o que vem fazendo a concorrência por vagas aumentarem consideravelmente na instituição a cada ano.

A escola possui 15 salas de aula, uma sala utilizada exclusivamente para a disciplina de Arte, uma para a execução dos projetos do PROEMI (Programa Ensino Médio Inovador), biblioteca com um grande acervo literário, laboratório de informática, duas salas equipadas com projetor multimídia, laboratório de ciências e sala de jogos, além de uma quadra poliesportiva coberta, refeitório amplo e pátio externo com um bosque arborizado. A área administrativa conta com uma sala para a secretaria, sala da direção, setor pedagógico e sala dos professores. A escola possuía parceria com o SEBRAE até o ano de 2017, onde contava com uma turma do curso de Empreendedorismo no período contraturno para alunos que tivessem interesse, com um número limitado de vagas e uma grande fila de espera.

A escola possui uma parceria com a Vila da Cidadania, espaço de implantação de propostas pedagógicas de complementação curricular, abordando temas de acordo com a faixa etária dos alunos (meio ambiente, segurança, cidadania, cultura e trânsito para os 6º, 7º, 8º, 9º e Ensino Médio, respectivamente). Há também o projeto da fanfarra e treinamento de futsal masculino.

#### 3.2 TRAJETÓRIA METODOLÓGICA

Os participantes do estudo foram 70 alunos de duas turmas de 9º ano, na faixa etária entre 13 e 16 anos. Os alunos foram selecionados aleatoriamente, levando em consideração a vontade de participar. A intervenção aconteceu no segundo semestre de 2018.

O projeto de Intervenção foi dividido em 7 momentos, conforme segue a seguir:

*1º Momento: FALANDO SOBRE O TEMA: "O QUE TE DEIXA TRISTE?"*

Com o objetivo de alertar estudantes/adolescentes sobre a prevenção da automutilação, o assunto teve a sua primeira abordagem em aula.

A aula iniciou com o tema "O que te deixa triste?", onde os alunos deveriam redigir uma carta relatando quais situações ou coisas os deixam tristes. Não era obrigatório se identificar. Eles poderiam escrever uma redação, um desenho, um poema, uma lista, um desabafo ou qualquer outra forma que fizesse com que eles se expressassem e liberassem seus sentimentos.

*2º Momento: INICIANDO AS DISCUSSÕES*

Com o objetivo de fomentar a discussão, o debate de ideias e aumentar o conhecimento sobre o tema, os alunos assistiram a três vídeos que ilustravam questões como: depressão, transtornos de personalidade e automutilação. O objetivo foi fazer com que eles compreendessem o elo entre esses três temas e de que forma um tema se relaciona ao outro.

*3º Momento: ELABORAÇÃO DOS DESENHOS*

Buscando colocar em prática a discussão e os conhecimentos adquiridos, foi iniciado o trabalho de elaboração de desenhos alertando sobre a automutilação. Os desenhos foram posteriormente expostos para a escolha do favorito através de um concurso cultural. Para dar um incentivo maior na execução do projeto, o desenho entrou como parte do processo avaliativo trimestral, bem como a premiação do desenho vencedor.

*4º Momento: PREPARATIVOS PARA EXPOSIÇÃO*

Visando organizar os preparativos para a exposição, alguns alunos ajudaram a separar e organizar o material a ser exposto enquanto outros que ainda não

concluíram os desenhos na aula anterior utilizaram este tempo para concluir seus trabalhos.

*5º Momento: ESCOLHA DO MELHOR TRABALHO*

A fim de escolher o trabalho vencedor e tornar organizado o processo da exposição, os trabalhos foram numerados e expostos no local previamente definido e cada uma das turmas da escola foi chamada para visitar a exposição e eleger o seu favorito. Esse processo aconteceu durante os turnos da manhã e tarde. Após a contagem dos votos, foi eleito o melhor trabalho.

*6º Momento: EXPOSIÇÃO DO TRABALHO VENCEDOR*

Com o desenho vencedor definido e o(a) vencedor(a) devidamente anunciado e premiado, o desenho foi ampliado e exposto na entrada do bloco de salas de aula, em local de destaque, para que todos pudessem vê-lo.

## 4 RESULTADOS/ANÁLISE DOS DADOS

### 4.1 1º Momento: *FALANDO SOBRE O TEMA: "O QUE TE DEIXA TRISTE?"*

A maioria dos alunos entregou a atividade em forma de bilhetinho, fechado e dobrado, como se enfrentassem medos e angústias que desejavam esconder do mundo. Alguns não levaram a sério e escreveram qualquer coisa, mas vários foram os relatos tristes: saudade de algum familiar que partiu, falta de amor por parte da família, medos com relação ao futuro, infelicidade com o corpo ou aparência, solidão e sentimento de não-pertencimento ao meio. Esses resultados nos levam a confirmar o que diz Martins sobre as mudanças que ocorrem nesta fase da vida, sejam elas físicas ou emocionais (MARTINS, 2017) que acabam nos alertando sobre a importância de se manter vigilante para com nossos adolescentes nesta fase tão crucial.

### 4.2 2º Momento: *INICIANDO AS DISCUSSÕES*

Nesta etapa, alguns alunos se sentiram à vontade para expor suas percepções sobre o tema, relatando conhecer casos de depressão, automutilação e suicídio e mostrando-se preocupados com a forma que a sociedade trata esses transtornos e como valorizam o tratamento do tema com mais relevância. Após a discussão, foi lançada a campanha de elaboração de desenhos para ilustrar uma campanha de prevenção à automutilação, que se iniciaria na aula seguinte. Um dos relatos de muita coragem foi de uma aluna de 16 anos, que revelou ter se cortado com lâmina de gilete entre as coxas, pois sofria com a não-aceitação de seu corpo e a prática de bulimia. Este relato atesta o que diz Clayton sobre a maior incidência de comportamentos autolesivos em pessoas com distúrbios alimentares e outros transtornos (CLAYTON, 2017), além de comprovar o que diz Campos sobre o sentimento de vergonha que o adolescente sente ao cometer o ato, escondendo com mangas compridas ou ferindo lugares que não são expostos frequentemente (CAMPOS, 2017).

### 4.3 3º Momento: ELABORAÇÃO DOS DESENHOS

A aceitação do trabalho foi de 50%, com o empenho perceptível de metade da turma, enquanto a outra metade fez de qualquer jeito, apenas para não perder nota. No geral, as duas turmas envolvidas se empenharam de forma considerável na execução do projeto, com a elaboração de bons trabalhos.

### 4.4 4º Momento: PREPARATIVOS PARA EXPOSIÇÃO

Tendo em vista que foram mais de 50 trabalhos e que nem todos foram feitos com o mesmo empenho, os alunos decidiram que não seria viável expor todos os trabalhos. Desta forma, as duas turmas de organizaram e escolheram os 16 melhores trabalhos para serem expostos e concorrerem ao prêmio de melhor trabalho. A figura 1 mostra a exposição montada. Foi elaborado um cartaz com o título da exposição, um *slogan* elaborado por eles mesmos, ilustrando o título da campanha: “NÃO SE CORTE! BUSQUE AJUDA! – Uma campanha de prevenção à automutilação. Abaixo, foram expostos os desenhos numerados de 1 a 16, com uma urna ao lado, onde seriam deixados os votos. A figura 2 mostra mais de perto cada um dos trabalhos expostos.



Figura 1 – Imagens fotográficas representando o 4º Momento: PREPARATIVOS PARA EXPOSIÇÃO. A exposição pronta para os visitantes.







Figura 2 - Imagens fotográficas representando o 4º Momento: *PREPARATIVOS PARA EXPOSIÇÃO*. Detalhes de cada um dos 16 trabalhos expostos. Painel A: trabalhos 1, 2, 3, 6, 7 e 8. Painel B: trabalhos 11 e 12. Painel C: trabalhos 4, 5, 9 e 10. Painel D: trabalhos 14, 15 e 16. Painel E: trabalho 13.

#### 4.5 5º Momento: *ESCOLHA DO MELHOR TRABALHO*

A exposição iniciou às 08:00 horas da manhã, com as primeiras turmas, iniciando pelo 6º ano, 7º e assim sucessivamente. A organização ia bem até certo

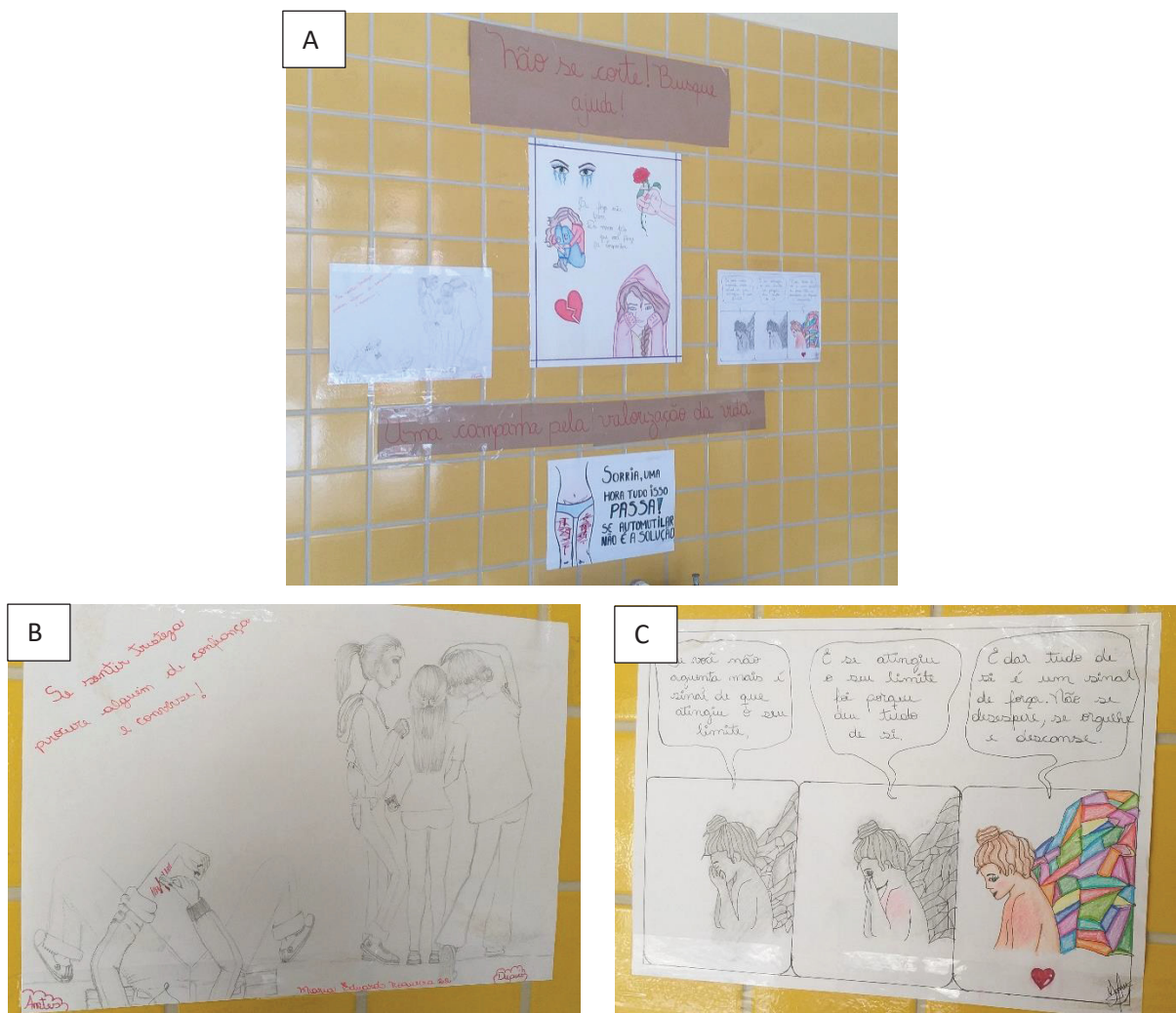
momento, pois como se tratava da semana cultural, várias turmas também estavam apresentando outros trabalhos e muitas outras estavam prestigiando os demais trabalhos, portanto a ordem inicial foi alterada um pouco. A responsável pelo projeto teve que se ausentar as 09:00 horas, pois ministrava as duas últimas aulas em outra escola. Como não havia outro professor para ficar responsável pela exposição e não tinha como deixar sem supervisão pois haviam alunos votando mais de uma vez quando não havia ninguém olhando, dois alunos de confiança foram designados para cuidar da exposição pelo resto da manhã, sendo retomada pela professora responsável no período da tarde, reiniciando as 13:00 e se encerrando as 17:00 horas. A contagem de votos foi apurada logo em seguida, com a maioria dos votos divididos entre os trabalhos de número 13 e 16 (Figura 3). O trabalho de número 16 teve a maioria de votos: 83 de um total de 250. O segundo colocado teve 63 votos e os outros 104 votos ficaram divididos entre os 14 trabalhos restantes. A aluna vencedora recebeu seu prêmio e os aplausos acalorados de sua turma.



Figura 3 – Imagens fotográficas representando o 5º Momento: *ESCOLHA DO MELHOR TRABALHO*. Os trabalhos mais votados. Painel A: o segundo colocado, com 63 votos. A frase o desenho diz: “De uma vez por todas e em definitivo, vamos dar ajuda e socorro às pessoas que precisam. DEPRESSÃO NÃO É FRESCURA!”. Painel B: o vencedor, com 83 votos. A frase do desenho diz: “Eu finjo estar bem do mesmo jeito que você se importa...”.

#### 4.6 6º Momento: *EXPOSIÇÃO DO TRABALHO VENCEDOR*

A fim de ilustrar a campanha e propagar a importância e o alerta sobre a automutilação, o trabalho foi exposto na entrada do bloco de salas de aula, em local de destaque e evidência, para que todos pudessem apreciar e, de certa forma, saber que existe saída para qualquer dor. Por sugestão dos alunos, alguns trabalhos que também foram muito bem feitos e que continham frases que davam maior força à campanha foram expostos ao lado do vencedor, que foi feito em escala maior, pois a resolução do desenho não permitia aumentar a escala sem borrar a imagem devido à baixa resolução e não havia conhecimento tecnológico para reelaborar o desenho digitalmente em formato de *banner*. A Figura 4 mostra como ficou a exposição.





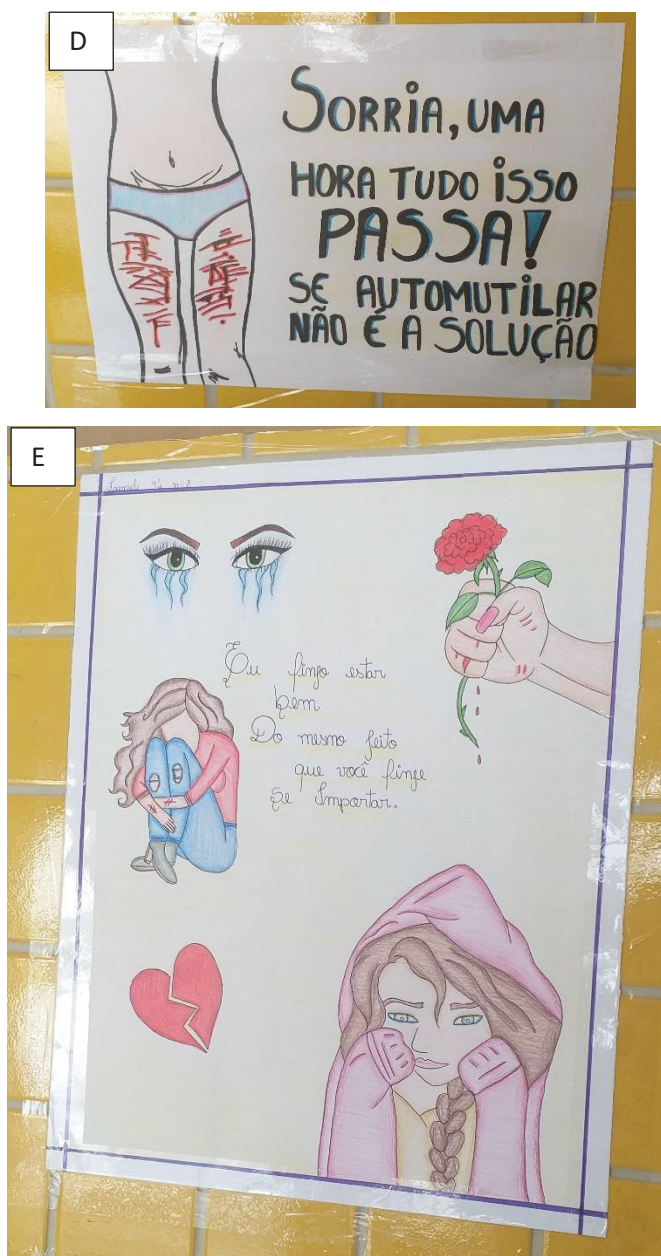


Figura 4 – Imagens fotográficas representando o 6º Momento: EXPOSIÇÃO DO TRABALHO VENCEDOR. Painel A: visão geral da exposição, com o título da campanha: “NÃO SE CORTE! BUSQUE AJUDA!” e logo abaixo a frase “UMA CAMPANHA PELA VALORIZAÇÃO DA VIDA”. Painel B: ilustração com a frase: “Se sentir tristeza, procure alguém de confiança e converse!”. Painel C: ilustração com o texto: “Se você não aguenta mais, é sinal de que atingiu o seu limite. E se atingiu o seu limite, foi porque deu tudo de si. E dar tudo de si é um sinal de força. Não se desespere, se orgulhe e descanse.”. Painel D: ilustração com a frase: Sorria, uma hora tudo isso passa! Se automutilar não é a solução.”. Painel E: desenho vencedor, ampliado pela aluna autora.

A fim de tornar os alunos multiplicadores do projeto além da sala de aula, a ideia era que os alunos das turmas envolvidas elaborassem *folders* e distribuíssem na escola e comunidade, porém o tempo para confeccionar todo esse material era muito

escasso e o preparo para falar do assunto exigia muito mais estudo e domínio. Então, juntamente com a direção, equipe pedagógica e demais professores envolvidos, fizemos um trabalho coletivo. Cada aluno recebeu um post-it onde deveria dar continuidade à frase “VALORIZAR A VIDA É...” e continuar as reticências com aquilo que acreditasse. Cada post-it foi colado na entrada da escola, num formato de jardim, de onde nasciam as flores amarelas, cor símbolo do mês da campanha Setembro Amarelo, de prevenção ao suicídio (Figura 5). Além disso, a direção da escola organizou uma palestra com uma psicóloga com o tema automutilação, concluindo o projeto de intervenção na escola.







Figura 5 – Imagens fotográficas representando o 6º Momento: EXPOSIÇÃO DO TRABALHO VENCEDOR. Representa a etapa onde o projeto se expandiu para toda a escola. Painel A: “Fora para dentro: falar é a melhor solução. Setembro Amarelo – Em defesa da vida”. Painel B: decoração do corredor de entrada da escola. Painel C: mural “Valorizar a vida é...”, construindo um “jardim” com as frases dos alunos. Painel D: “Valorizar a vida é TOP!”, “Valorizar a vida é *daora!!*”, “Valorizar a vida é ser feliz!”, “Valorizar a vida é cuidar da sua sem desvalorizar a dos outros.”. Painel E: “Valorizar a vida é amar o seu próximo.”, “Valorizar a vida é viver cada dia como se não houvesse o amanhã.”, “Valorizar a vida é viver cada momento intensamente.”. Painel F: visão do girassol plantado sobre as frases de valorização da vida.



## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este projeto alcançou o seu objetivo de alertar os estudantes sobre a automutilação, trazendo o assunto à tona através das discussões realizadas, da exposição dos trabalhos e envolvimento de toda a escola no projeto.

A ideia inicial do projeto passou por algumas mudanças durante seu percurso. Quando iniciado, percebeu-se que algumas alterações seriam necessárias. A elaboração de *folders* pelos alunos não seria viável, bem como a ideia de os alunos distribuírem-nos e falarem sobre o assunto com as demais turmas. O assunto demanda de muito tempo de estudo e domínio para ser passado em diante algo que os alunos não conseguiriam dominar em tão poucas aulas. Desta forma, com os professores atuando em conjunto, conversando um pouco sobre o assunto com as demais turmas e elaborando as frases de valorização à vida, toda a escola teve contato com o tema, encerrando da melhor forma com a palestra, ministrada por uma profissional que entende mais do assunto.

O trabalho rendeu frutos: disseminou a discussão e a importância de se buscar ajuda. No dia a dia de sala de aula, percebe-se que o professor se torna o adulto de confiança das crianças e adolescentes. Desta forma, pode-se detectar situações de autolesão e tomar atitudes que evitem comportamentos ainda mais nocivos. Além disso, mostrou que um trabalho engajado com uma equipe se torna mais eficaz que se pensado só.

O projeto demonstrou-se efetivo e de grande aceitação, sendo possível pensá-lo para ser aplicado em outras turmas e turnos da instituição. A equipe que constitui o quadro de professores, pedagogas e direção se mostra sempre muito prestativa e receptiva a diferentes projetos, o que facilitou muito a execução deste projeto. E quem sabe possamos transformar esta iniciativa em um projeto de intervenção de saúde pública, para que mais adolescentes possam ser alertados sobre os perigos da automutilação.

Por fim, este projeto pode ser aproveitado em um futuro mais próximo como uma publicação de um relato de experiência, contribuindo assim com a literatura brasileira existente sobre o tema.

## REFERÊNCIAS

AGÊNCIA SENADO. **CPI dos maus-tratos lança cartilha contra suicídio, *bullying* e automutilação.** Disponível em: <<https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2017/12/13/cpi-dos-maus-tratos-lanca-cartilhas-contrasuicidio-bullying-eautomutilacao>>. Acesso em: 19 mai. 2018.

BOUER, J. **Vítima e vilão no *cyberbullying* são mais propensos a automutilação.** Disponível em: <<http://doutorjairo.uol.com.br/vitima-e-vilao-no-cyberbullying-sao-mais-propensos-automutilacao/>>. Acesso em: 29 mai. 2018.

BRASIL. **Agenda proteger e cuidar de adolescente.** Disponível em: <<http://portalms.saude.gov.br/saude-para-voce/saude-do-adolescente-e-do-jovem/acoes-e-programas/agenda-protger-e-cuidar-de-adolescente>>. Acesso em: 13 mai. 2018.

CAFÉ, A. **Artigo sobre o jogo Baleia Azul: ‘Somos convidados pela tragédia social a rever nossa conduta’.** Disponível em: <<https://extra.globo.com/noticias/rio/artigo-sobre-jogo-baleia-azul-somos-convidados-pela-tragedia-social-rever-nossa-conduta-21235761.html>>. Acesso em: 29 mai. 2018.

CAMPOS, T. **Automutilação na adolescência: como ajudar?** Disponível em: <<https://wecareon.com/automutilacao-na-adolescencia/>>. Acesso em: 13 mai. 2018.

CLAYTON, P. J. **Automutilação não suicida.** Disponível em: <<https://www.msdmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/comportamento-suicida-e-automutila%C3%A7%C3%A3o/automutila%C3%A7%C3%A3o-n%C3%A3o-suicida>>. Acesso em: 13 mai. 2018.

COLÉGIO MARUPIARA. **Mundo digital: como os youtubers influenciam no comportamento dos jovens?** Disponível em: <<http://www.marupiara.com.br/como-os-youtubers-influenciam-no-comportamento-dos-jovens/>>. Acesso em: 30 mai. 2018

COSTA, E. **Cyberbullying e estresse com provas levam à automutilação e a tentativas de suicídio, dizem professores.** Disponível em: [https://www.huffpostbrasil.com/2016/05/03/cyberbullying-estresse-automutilacao\\_n\\_9821238.html](https://www.huffpostbrasil.com/2016/05/03/cyberbullying-estresse-automutilacao_n_9821238.html). Acesso em: 29 mai. 2018.

COSTA, E. **Cyberbullying está ligado ao aumento dos casos de automutilação entre os jovens.** Disponível em: [https://www.huffpostbrasil.com/2016/11/04/cyberbullying-esta-ligado-ao-aumento-dos-casos-de-automutilacao\\_a\\_21699956/](https://www.huffpostbrasil.com/2016/11/04/cyberbullying-esta-ligado-ao-aumento-dos-casos-de-automutilacao_a_21699956/). Acesso em: 29 mai. 2018.

FERNANDES, H. M. **O corpo e os ideais do clínico contemporâneo.** 2011.

LEVY, M. L. Adolescência - Uma Fase do Ciclo de Vida. **Acta Pediatr.** Port: 1997; n. 3; Vol. 28: 207-9.

MARQUES, I. A. **Quando o adolescente recorre à auto-mutilação para lidar com o sofrimento.** Disponível em: <https://oficinadepsicologia.com/quando-o-adolescente-recorre-a-auto-mutilacao/>. Acesso em: 18 mar. 2018.

MARTIN. V. **Alerta! Automutilação pode ocorrer dentro de sua casa.** Disponível em: <https://pleno.news/comportamento/alerta-automutilacao-pode-acontecer-dentro-de-sua-casa.html>. Acesso em: 08 abr. 2018.

MARTINS, G. **Por que a adolescência é uma fase tão difícil?** Disponível em: <https://mundoestranho.abril.com.br/cotidiano/por-que-a-adolescencia-e-uma-fase-tao-dificil/#>. Acesso em: 08 abr. 2018.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Famílias e adolescentes.** Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/familia\\_adolescentes.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/familia_adolescentes.pdf). Acesso em: 13 mai. 2018.

MOREIRA, J. M. **Baleia azul: o jogo da morte. Um alerta para jovens, pais e cuidadores.** Disponível em: <https://blog.zenklub.com.br/baleia-azul-jogo-da-morte/>. Acesso em: 29 mai. 2018.

O GLOBO. **O que se sabe até agora sobre o jogo da "Baleia azul"**. Disponível em: <<https://oglobo.globo.com/sociedade/o-que-se-sabe-ate-agora-sobre-jogo-da-baleia-azul-21236180>>. Acesso em: 29 mai. 2018.

OMS. **Mais de 1,2 milhão de adolescentes morrem por causas evitáveis a cada ano**. Disponível em: <[http://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5417:mais-de-12-milhao-de-adolescentes-morrem-por-causas-evitaveis-a-cada-ano&Itemid=820](http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5417:mais-de-12-milhao-de-adolescentes-morrem-por-causas-evitaveis-a-cada-ano&Itemid=820)>. Acesso em: 17 mar. 2018.

PERES, F; ROSENBERG, C. P. **Desvelando a concepção de adolescência/adolescente presente no discurso da saúde pública**. Saúde e Sociedade 7(1): 53-86, 1998. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/sausoc/article/viewFile/7018/8487>>. Acesso em: 02 abr. 2018.

RENNÓ, J. **O drama da automutilação ou *cutting***. Disponível em: <<http://emails.estadao.com.br/blogs/joel-renno/o-drama-da-automutilacao/>>. Acesso em: 08 abr. 2018.

REZENDE, G. **Automutilação: entendendo o comportamento autolesivo**. Disponível em: <<http://mundodapsi.com/entendendo-o-comportamento-autolesivo/>>. Acesso em: 01 mai. 2018.

SANTOMAURO, B. **Cyberbullying: A violência virtual na escola**. Disponível em: <<https://novaescola.org.br/conteudo/1530/cyberbullying-a-violencia-virtual>>. Acesso em: 18 mar. 2018.

STRANO, D. **Baleia Azul e 13 Reasons Why: a importância dos influenciadores**. Disponível em: <<https://dev.meioemensagem.com.br/home/proxima/how-to/2017/05/12/baleia-azul-e-13-reasons-why-a-importancia-dosinfluenciadores.html>>. Acesso em: 30 mai. 2018.

TENÓRIO, M. M. C. *et al.* **Corpo, Injúria e Símbolo: a Automutilação em Jovens.** In: Anais da Mostra de Pesquisa em Ciência e Tecnologia 2017. Anais. Fortaleza (CE) DeVry Brasil - Damásio - Ibmec, 2017. Disponível em: <<https://www.even3.com.br/anais/mpct2017/47232-CORPO-INJURIA-E-SIMBOLO-A-AUTOMUTILACAO-EM-JOVENS>>. Acesso em: 18 mar. 2018.